

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Libido seksual adalah sebuah keinginan, nafsu, dorongan dan sebuah motivasi untuk mencari kepuasan seksual (Alexander et al., 2006). Libido seksual dapat mengalami gangguan seiring bertambahnya usia, yang biasa disebut dengan penurunan libido seksual. Penurunan libido seksual ini merupakan salah satu gejala yang muncul pada andropause. Sedangkan andropause sendiri adalah kondisi munculnya gejala kompleks pada pria berumur dengan kadar testosteron yang rendah karena adanya penurunan sekresi (Verma et al., 2006).

Secara medis, andropause disebut sebagai *Androgen Deficiency Amongst Men* (ADAM) yang memiliki kata lain *Male Menopause*, *Male Climacteric* dan *Veropause*. Andropause sendiri merupakan sebuah sindrom yang menyerang berbagai organ dalam tubuh dan menyebabkan berbagai macam gejala (Bansal, 2013). Menurut Inegbenebor dan Ebomoyi (2010), beberapa sindrom yang ditimbulkan pada pria adalah tubuh menjadi lemah, letih, penurunan massa otot dan tulang, oligosperma, disfungsi seksual, depresi, ansietas, insomnia, dan penurunan testosteron.

Gejala yang muncul pada andropause hampir sama dengan hipogonadisme dan dikategorikan menjadi 3 aspek, yaitu fisik, psikologi

dan seksual. Sedangkan gejala pada aspek seksual di antaranya adalah penurunan libido seksual, keterlambatan ereksi, disfungsi ereksi dan penyusutan testis (Verma et al., 2006).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nicolsi et al., (2004), sebanyak 20% pria di Asia mengeluhkan sedikitnya salah satu jenis disfungsi seksual. Sedangkan di Indonesia didapatkan data bahwa 27% pria mengeluhkan hal yang serupa dan 20% di antaranya adalah kasus penurunan libido seksual.

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Travison et al., (2006), penurunan libido seksual pada pria merupakan gejala yang timbul akibat adanya penurunan jumlah testosteron. Sedangkan menurut Liu Te-Chi et al., (2009) latihan fisik atau aktivitas fisik adalah salah satu cara untuk meningkatkan pelepasan testosteron dari sel-sel *Leydig* yang berada di testis menuju ke sirkulasi. Besarnya peningkatan jumlah testosteron dipengaruhi oleh intensitas, durasi dan jenis aktivitas fisik yang dilakukan. Namun apabila aktivitas fisik yang dilakukan terlalu berlebihan dapat mengakibatkan efek yang berlawanan pada pelepasan testosteron. Berkurangnya produksi testosteron ini berhubungan dengan perkembangan resistensi insulin. Sedangkan sudah diakui secara umum bahwa dampak positif dari adanya aktivitas fisik adalah meningkatkan sensitivitas insulin, dan sebagian di antaranya terkait dengan pelepasan testosteron yang merupakan faktor yang memengaruhi libido seksual.

Sampel penelitian akan dilakukan pada karyawan kantor di Kecamatan Grogol, Sukoharjo. Karyawan kantor merupakan pekerjaan yang menyita waktu luang karena memiliki jangka waktu kerja yang telah ditentukan, yaitu minimal 7 jam sehari mulai dari pukul 7 pagi hingga pukul 2 siang, selama 6 hari kerja efektif dalam seminggu. Pekerjaan yang dilakukan oleh karyawan kantorpun tidak memiliki tingkat mobilitas yang tinggi karena pekerjaannya lebih banyak dilakukan di belakang meja. Pemilihan lokasi oleh peneliti, yaitu di Kecamatan Grogol, Sukoharjo dianggap memenuhi kriteria karyawan kantor yang sebelumnya telah disebutkan, selain itu karena lokasi yang cukup dekat dan mudah dijangkau oleh peneliti, juga merupakan alasan praktis dipilihnya lokasi tersebut.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih mendalam tentang hubungan libido seksual pada pria dengan aktivitas fisik pada karyawan kantor di Kecamatan Grogol, Sukoharjo.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara aktivitas fisik dengan libido seksual pada pria karyawan kantor di Kecamatan Grogol, Sukoharjo?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan libido seksual pada pria karyawan kantor di Kecamatan Grogol, Sukoharjo.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritik

- a. Memberikan informasi ilmiah mengenai hubungan antara aktivitas fisik dengan libido seksual pada pria karyawan kantor.
- b. Sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian tentang libido seksual selanjutnya.

2. Manfaat Aplikatif

Memberi pemahaman kepada masyarakat mengenai pengaruh aktivitas fisik terhadap libido seksual sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menjaga kualitas libido seksual.